

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КОМИ” РЕСПУБЛИКАНСКОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКОЙ ИНВЕНТАРИЗАЦИИ И КАДАСТРОВОЙ ОЦЕНКИ“

167000, Сыктывкар, ул. Карла Марса, дом197

---

ПРОГРАММА  
«УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ РАБОТНИКОВ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»

Сыктывкар, 2020

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

# «УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ РАБОТНИКОВ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»

Наименование программы	Программа ” Укрепление здоровья работников на рабочем месте“ (далее - программа)
Основание для разработки программы	Федеральный проект «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек». Паспорт регионального проекта Республики Коми («Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек») Постановление Правительства республики Коми от 31.12.2020 № 42 «Об утверждении региональной программы Республики Коми «Укрепление общественного здоровья». Паспорт региональной программы Республики Коми «Укрепление общественного здоровья».
Ответственный исполнитель программы	Главный юрисконсульт
Соисполнители программы	Заместители директора, заведующие отделами, руководители групп, ведущий эксперт по кадровой и документационной работе
Срок реализации программы	2020 - 2024 гг.
Цели программы	улучшение здоровья работников, формирование культуры здоровья, ответственного отношения к здоровью

<p>Задачи программы</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обеспечение положительной динамики целевых показателей программы.</li> <li>2. Ограничение потребления табака, немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ и алкоголя.</li> <li>3. Формирование культуры здорового питания работников.</li> <li>4. Повышение физической активности работников и создание среды, способствующей здоровому образу жизни.</li> </ol>
<p>Основные мероприятия программы</p>	<p>Проведение информационно-разъяснительной работы с работниками по укреплению здоровья. Контроль за соблюдением законодательства об ограничении потребления табака в целях создания благоприятной среды для отказа от курения и ограничения потребления табака. Повышение информированности работников о вреде активного и пассивного потребления табака, немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ, о злоупотреблении алкоголем и о способах их преодоления. Проведение информационных кампаний, направленных на формирование здорового образа жизни, на профилактику и прекращение потребления табака, немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ и алкоголя, формирование культуры здорового питания.</p>

# Здоровый образ жизни

Правильное и рациональное питание



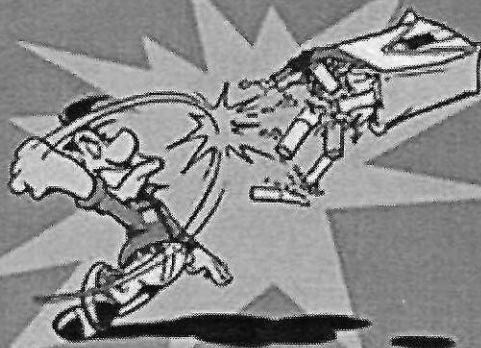
Правила личной гигиены



Двигательная активность и закаливание



Отказ от вредных привычек



Режим дня



ПЛАН  
 МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММЫ  
 «УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ РАБОТНИКОВ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»

Название раздела	цель	Мероприятия	Описание	Ответственный	Сроки реализации
Раздел 1 «Без табачного дыма»	Обеспечение соблюдения запрета потребления табака в учреждении	Оборудование рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и территории знаками, запрещающими курение	Запрет курения на рабочих местах и на территории предприятий регулируется Федеральным законом №15-ФЗ от 23 Февраля 2013г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».	Главный юрисконсульт, заведующие территориальными отделами УТД	Однократно, в начале программы.
		Оборудование мест для курения вне территории учреждения.	Согласно Федеральному закону от 23.02.2013 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предприятиях должны быть организованы места для курения — вне помещений и не менее чем 15 м. от входов	Заместитель директора — заведующий отделом мониторинга, заведующие территориальными отделами УТД	Однократно, в начале программы

Название раздела	Цель	Мероприятия	Описание	Ответственный	Сроки реализации
Раздел 2 «Здоровое питание и рабочее место»	Повышение информированности сотрудников учреждения о вредном воздействии табачного дыма и мотивирование к отказу от курения, необходимости потребления чистой воды и здорового питания.	Оформление в помещении учреждения уголка здоровья, содержащего информационные материалы	Информационно-коммуникационные мероприятия помимо основной функции информирования о вредных воздействиях курения, способствуют сплочению сотрудников вокруг единой идеи, обеспечивают социальную поддержку, повышают корпоративный дух, коллективное стремление к цели.	Главный юрист-консульт, заведующие территориальными отделами УТД	Постоянно. Регулярное обновление информационных материалов.

Название раздела	Цель	Мероприятия	Описание	Ответственный	Сроки реализации
	Питание в рабочее время.	Обеспечить сотрудникам установленные перерывы рабочего времени возможность приема пищи в отдельном отведенном помещении.	Оборудовать помещение для приема пищи, столом, стульями, посудой, чайником, холодильником и техникой для разогрева пищи.	Директор, заведующие территориальными отделами УТД	Постоянно
Раздел 3 «Повышение физической активности»	Снятие напряжения, стресса, снижение утомляемости в течение рабочего дня.	Проведение ежедневных физкультурминуток в учреждении.	Для проведения ежедневных физкультурминуток предоставить работником информационный материал с разработанными комплексами физических упражнений (специальные десятиминутные комплексы физических упражнений), которые можно проводить прямо на рабочем месте с учетом специфики условий и характера труда работников.	Заведующие отделами, руководители групп, заведующие территориальными отделами УТД	Не менее 1 раза месяц.

Название раздела	Цель	Мероприятия	Описание	Ответственный	Сроки реализации
	Повышение двигательной активности работников	Провести разъяснительную работу о необходимости двигательной активности, ее положительном влиянии на организм.	Подготовить и раздать работникам информационный материал, организовать и провести беседы с работниками.	Заведующие отделами, руководители групп, заведующие территориальными отделами УТД	1-2 раза в год.



<p>Раздел 5 «Сохранение психологического здоровья и благополучия»</p>	<p>Повышение осознанности работников о психосоциальных факторах риска, а также формирование культуры здорового образа жизни в учреждении.</p>	<p>Проведение работы, направленной на укрепление психоэмоционального здоровья.</p>	<p>Провести коллективную беседу по управлению конфликтными ситуациям, соблюдению деловой этики, недопустимости неэтичного и грубого поведения.</p> <p>Противодействие профессиональному выгоранию.</p> <p>Правила внутреннего трудового распорядка дополнить положениями о соблюдении общепринятых норм деловой этики, недопустимость неэтичного и грубого поведения и обращения с коллегами.</p>	<p>Заместитель директора главный бухгалтер</p>	<p>1-2 раза в год</p>
---	---	--	---	--	-----------------------

# ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

РОДИТЕЛИ

ДРУЗЬЯ



ОБЩЕСТВО

- УМЕНИЕ ЖИТЬ  
В СОЧЕТАНИИ

С СОБОЙ И  
ОКРУЖАЮЩИМИ

